



Gestalt NEWS Foundation

ΕΞΑΜΗΝΙΑΙΟ ΦΥΛΛΟ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΤΟΥ ΚΕΝΤΡΟΥ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ
& ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ GESTALT FOUNDATION • ΙΟΥΝΙΟΣ 2010 • ΤΕΥΧΟΣ 12°



→ σελ. **2** **editorial**

→ σελ. **3**
Η ομάδα μου
Αιμοδοσία 2009

→ σελ. **4-5**
ΑΦΙΕΡΩΜΑ **HARM SIEMENS**

→ σελ. **6**
Κόκκινη
κλωστή δεμένη...

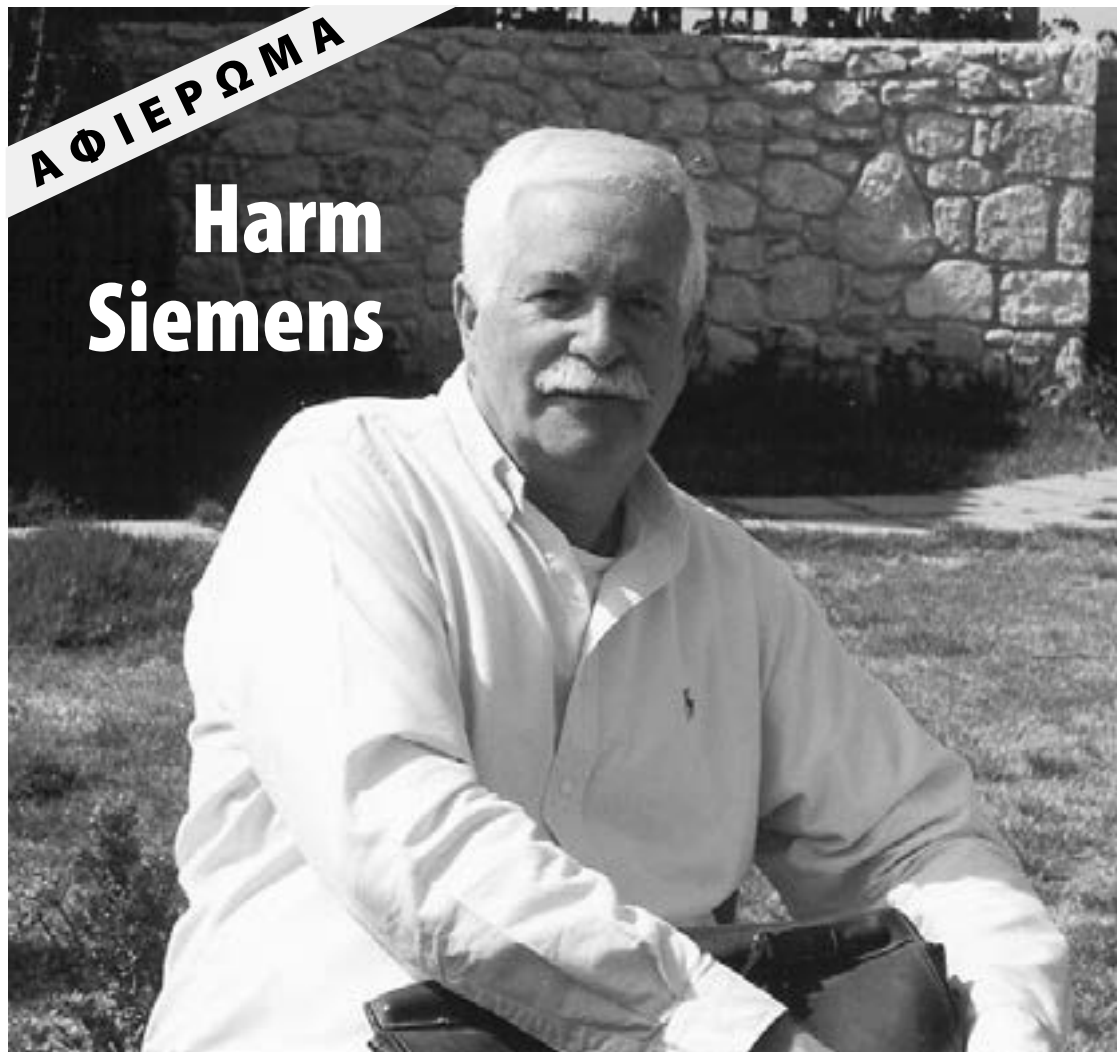
→ σελ. **7**
Τα παραμύθια είναι κάτι
περισσότερο από παραμύθια

→ σελ. **8** **ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ**
Μέσα από την εποπτεία
μιας Παρασκευής
Η ΑΓΑΠΗ ΕΡΧΕΤΑΙ ΜΙΑ ΜΕΡΑ



Όσοι ενδιαφέρεστε να συμμετάσχετε σε επόμενα τεύχη είστε καλοδεχούμενοι! Επικοινωνήστε με τη γραμματεία του Gestalt Foundation (τηλ.: 2310-283588, 210 7254010, e-mail: thessaloniki@gestaltfoundation.gr και athina@gestaltfoundation.gr) και δηλώστε το ενδιαφέρον να συμμετάσχετε ή απλά για να μας πείτε τη γνώμη σας ή και τις ιδέες σας.

Μας ενδιαφέρει!



Harm Siemens

Αγαπημένε μας Harm... σελ. 4



ΧΟΡΧΕ ΜΠΟΥΚΑΪ Γνωρίζοντας το... μύθο...

σελ. **6**

βιβλιοπροτάσεις

ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ
ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ **GESTALT**

σελ. **2**

ΕΚΔΟΤΙΚΟ σημείωμα

Λίγο πριν το 12ο
Τετραήμερο
Εργαστήριο
συνεχίζουμε με όσο
το δυνατόν πιο

σταθερά βήματα και φτάνουμε στο 12^ο τεύχος μας μέσα σε έναν καυτό Μάιο.

Σχεδιάζαμε να παρουσιάσουμε δύο κύρια αφιερώματα, ένα για τον ερχομό του Χόρχε Μπουκάι κι ένα για τις νέες συνεργασίες του Gestalt Foundation στη Θεσσαλία. Η απώλεια του Harm Siemens άλλαξε τις προτεραιότητες και τα σχέδιά μας.

Αυτό το τεύχος λοιπόν είναι αφιερωμένο στον Harm, ως μια μικρή ένδειξη της αγάπης και της εκτίμησής μας για αυτόν. Ο ερχομός του Χόρχε μας ενέπνευσε όλους σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη, όπως μπορείτε να δείτε, τόσο «καλλιτεχνικά» όσο και διανοητικά.

Στις βιβλιοπαρουσιάσεις, μπορείτε να απολαύσετε μια φρέσκια πρόταση από τον Κωνσταντίνο Κώστα που έχει αναλάβει αυτήν τη στήλη και τη διεκπαιριώνει με συνέπεια κι ενθουσιασμό.

Προσωπικές καταθέσεις από ανθρώπους που βιώνουν τη διαδικασία αλλαγής μέσα από την θεραπεία, την εκπαίδευση και την εποπτεία στο Gestalt Foundation φέρνουν έναν φρέσκο αέρα ελπίδας κι αισιοδοξίας και ζωντανεύουν την εφημερίδα μας. Χαίρομαι πάντα όταν έρχονται αυθόρμητα κείμενα από τα μέλη της κοινότητας του Gestalt Foundation που θέλουν να μοιραστούν βιώματα και σημαντικές στιγμές με όλους εμάς, δοσμένες με το προσωπικό ύφος του καθενός. Συνεχίζουμε λοιπόν την πορεία μας επηρεαζόμενοι κι

επηρεάζοντας το πεδίο γύρω μας, αφουγκραζόμενοι ανησυχίες κι ελπίδες. Όταν πριν από δύο χρόνια αφιερώσαμε την μια από τις ημερίδες μας για τα 10 χρόνια του Gestalt Foundation στην Κοινωνική Ευθύνη, υπήρξαν πολλές ενδιαφέρουσες συζητήσεις που φαίνονται απελπιστικά επίκαιρες στην τρέχουσα πραγματικότητα που ζούμε. Τότε μιλούσαμε για κοινωνική ευθύνη, αλληλεγγύη και κοινωνική συμμετοχή και τώρα, αυτές οι λέξεις ακούγονται παντού και άπειρες σελίδες περιοδικών κι εφημερίδων αναφέρονται σε θέματα που συζητάμε όλα αυτά τα χρόνια.

Ας ελπίσουμε πως η κρίση μπορεί να γίνει ευκαιρία για αλλαγή κι εξέλιξη.

Θα τα ξαναπούμε το φθινόπωρο, μετά από το 10^ο Πανευρωπαϊκό Συνέδριο Θεραπείας Gestalt στο Βερολίνο, το επόμενο από αυτό στην Αθήνα.

Μέχρι τότε, εύχομαι να απολαύσετε αυτό το τεύχος.

Αντωνία Κωνσταντινίδου

Μάιος 2010



Η Αντωνία Κωνσταντινίδου είναι Κοινωνική και Κλινική Ψυχολόγος (Α.Π.Θ), Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδευτρια και Επόπτρια Gestalt. Είναι συνιδρύτρια του Gestalt Foundation κι από τα μόνιμα μέλη του εκπαιδευτικού προγράμματος. Ζει κι εργάζεται στη Θεσσαλονίκη και την Αθήνα όπου ασκεί το επάγγελμά της ιδιωτικά από το 1994 έως σήμερα.

«ΚΑΙΝΟΤΟΜΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ GESTALT»

[Serok, Sh. (2000). *Innovative Applications of Gestalt Therapy*. Malabar, Florida: Krieger Publishing Company.]

Κωνσταντίνος Κώστας

Κοινωνικός Λειτουργός, Ψυχολόγος - Ψυχοθεραπευτής
(email: k.konstantinos@yahoo.gr)

Γνωρίζουμε ότι η ανάπτυξη μιας επιστήμης συνοδεύεται από την είσοδο και εφαρμογή της σε ποικίλους τομείς της ανθρώπινης ζωής. Αυτό συνέβη και με την ψυχολογία, την κοινωνική εργασία και την ψυχοθεραπεία. Στο βιβλίο του Shraga Serok **Καινοτόμες Εφαρμογές της Θεραπείας Gestalt**, που προτείνουμε σε αυτό το σημείωμα, μπορούμε να δούμε πώς επεκτείνεται η εφαρμογή της μεθοδολογίας Gestalt σε διαφορετικές συνθήκες και πληθυσμούς και πώς μπορεί να αποτελέσει εργαλείο θετικής αλλαγής.

Ειδικότερα, στα επιμέρους κεφάλαια του βιβλίου καταγράφεται η αξιοποίηση της μεθοδολογίας Gestalt με θετικά (μετρήσιμα) αποτελέσματα σε ένα ευρύ φάσμα πεδίων όπως: τη Μείωση του Άγχους Εξετάσεων σε Φοιτητές, τη Θεραπεία Ατόμων με Μετατραυματική Διαταραχή, την Υποστήριξη και Ένταξη Προσφύγων και Μεταναστών, τη Μείωση της Αρτηριακής Πίεσης, την Υποστήριξη Ασθενών με Πολλαπλή Σκλήρυνση (τη Χρόνια Ασθένεια και Αναπηρία γενικότερα), τη Θεραπευτική Εργασία με Ηλικιωμένους, τη Θεραπεία Ατόμων με Σχιζοφρένεια (αφιερώνονται τρία κεφάλαια!), τη Θεραπευτική Εργασία με Κρατούμενους Βαρυποινίτες, την Εποπτεία στην Κοινωνική Εργασία και την

Ψυχοθεραπεία, την Παιγνιοθεραπεία, τις Παρεμβάσεις για την Ειρήνη. Ορισμένα από τα στοιχεία που μου άρεσαν σε αυτό το βιβλίο είναι τα εξής:

1. Παρουσιάζει ένα ευρύ φάσμα στη θεματολογία, όπως είδαμε παραπάνω.
2. Τα θέματα, για τα οποία έχουμε συνηθίσει να εκφέρουν θεωρητικό λόγο άλλες, παλαιότερες σε ιστορία, προσεγγίσεις, π.χ. ψυχανάλυση, ή περιγράφονται σε κατεστημένα ψυχιατρικά εγχειρίδια, πλαισιώνονται θεωρητικά με βάση τη θεωρία Gestalt. Αφενός, ο συγγραφέας προσφέρει ορισμέ-

να νέα στοιχεία στη θεωρία και αφετέρου «ξαναλέει» την παραδοσιακή θεωρία Gestalt με το δικό του σύντομο, σαφή και περιεκτικό τρόπο.

3. Τα περισσότερα κεφάλαια αναφέρονται σε υλοποιημένα Προγράμματα, ορισμένα σημεία των οποίων περιγράφονται λεπτομερώς, και έτσι η συζήτηση γίνεται πάνω σε «χειροπιαστά» και συγκεκριμένα ζητήματα.

4. Αναδεικνύει τη σημασία της έρευνας.

Τα Προγράμματα τα οποία παρουσιάζονται είναι κυρίως ερευνητικές εργασίες στις οποίες χρησιμοποιούνται συγχρόνως μεθοδολογία Gestalt και ερευνητικά εργαλεία που ανήκουν στην παράδοση

Εκδοτική ομάδα:

Αντωνία Κωνσταντινίδου
Υπεύθυνη έκδοσης

Μαρίνα Βαμβάκη
Συντάκτρια ύλης

Ζωή Μπαχταλιά
Γραμματειακή υποστήριξη

K&D Webber
Μετάφραση

Σοφία Μαμαλίγκα
Σελιδοποίηση - www.mamalinga.gr

Σ' αυτό το τεύχος συνεργάστηκαν:

ΑΠΟΣΤΟΛΟΥ ΑΜΑΛΙΑ, ΓΙΑΜΑΡΕΛΟΥ ΓΙΑΝΝΑ
ΓΚΙΜΠΙΡΙΘΗ ΑΛΕΞΙΑ, ΓΚΙΟΥΛΕΚΑ ΕΙΡΗΝΗ
ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΜΠΑΛΛΙΟΥ, ΖΕΡΒΑ ΑΝΝΑ
ΖΙΩΓΑ ΔΗΜΗΤΡΑ, ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ ΑΝΤΩΝΙΑ
ΚΩΣΤΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, ΝΤΟΡΕ ΜΙΡΕΙΓ
ΦΡΕΓΓΙΔΟΥ ΕΛΛΗ, ΧΑΤΖΗΛΑΚΟΥ ΚΑΤΙΑ

Η ομάδα μου

Ειρήνης Γκιουλέκα

2 Οκτωβρίου 2008. Πλησιάζω αργά προς την είσοδο της Αγίας Σοφίας και χτυπάω δειλά το κουδούνι. Δεν ξέρω τι θα αντικρίσω... ποιους θα δω. Οι σκέψεις πολλές. Τι θέλω εγώ εδώ; Πώς μπορώ να εμπιστευτώ ανθρώπους που δεν έχω συναντήσει ποτέ στη ζωή μου; Πώς μπορώ να πω αυτά που κρύβω βαθιά μέσα στην ψυχή μου; Θα με κοροϊδέσουν; Θα εκτεθώ; Όμως, πήρα μια απόφαση και οφείλω στον εαυτό μου να στηρίξω την επιλογή μου με όποιο κόστος, με όποιο τίμημα κι αν είναι αυτό. Κι ως πονέσω κι ως πληγωθώ...

28 Μαΐου 2009. Και πάλι πλησιάζω αργά προς την είσοδο της Αγίας Σοφίας. Αυτήν τη φορά γιατί απλά δε θέλω να έρθει η ώρα που θα διαβώ το κατώφλι. Θα σημάνει την τελευταία φορά. Τελευταία μέρα, τελευταία συνάντηση με την ομάδα. Πέρασαμε μαζί μια χρονιά. Γνωριστήκαμε, όσο μπορείς να γνωρίσεις

της ψυχολογικής γνώσης.

Ένα από τα πολλά και ενδιαφέροντα θέματα του βιβλίου αφορά στη βασική θεωρία Gestalt. Ο Serok εισάγει πλάι στην έννοια της **μισοτελειωμένης υπόθεσης/ ανοικτού λογαριασμού** (unfinished business) την έννοια της **υπόθεσης που δεν έχει ξεκινήσει** ή, σε ελεύθερη απόδοση, της **υπόθεσης-σχεδίου** (unstarted business).

Καταρχάς, επισημαίνει ότι ο ανοικτός λογαριασμός αποτελεί την έννοια-κλειδί για την ερμηνεία των προβλημάτων του ατόμου στο παρόν. Ειδικότερα, ανικανοποίητες ανάγκες και τραυματικά γεγονότα από το παρελθόν συνιστούν ανοικτούς λογαριασμούς και οδηγούν σε έναν επιλεκτικό και προκατειλημμένο τρόπο με τον οποίο τα άτομα αντιλαμβάνονται ανάγκες και στόχους στο παρόν, επειδή εστιάζουν στις ανικανοποίητες ανάγκες και όχι σ' εκείνες που μπορεί να είναι επείγουσες στο «εδώ και τώρα». Ο Serok, ωστόσο, υποστηρίζει ότι η έννοια του ανοικτού λογαριασμού δεν μπορεί να εξηγήσει ολοκληρωμένα τις εμπλοκές και τα εμπόδια που επηρεάζουν την ικανότητα του ατόμου να λειτουργεί αποτελεσματικά στο παρόν. Θεωρεί ότι η ανθρώπινη συμπεριφορά επηρεάζεται σημαντικά και από τις **υποθέσεις-σχεδία**, που μπορούν να συμβούν ή να μην συμβούν στο μέλλον. Έτσι, συναντούμε δυσκολίες στο παρόν, διότι ανοικτοί λογαριασμοί από το παρελθόν και υποθέσεις-σχεδία, για το μέλλον, μας εμποδίζουν να εστιάζουμε την προσοχή μας σε αυτό που λαμβάνει χώρα στο άμεσο παρόν.

Κατά τον Serok, οι υποθέσεις-σχεδία περιλαμβάνουν φανταστικά γεγονότα, φαντασιώσεις, προσδοκίες, ευσεβείς πόθους και ιδεώδη που

κάποια άτομα που μοιράζονται μαζί σου την ίδια αγωνία. Μάθαμε ο ένας τον άλλον, όσο επέτρεπε ο καθένας μας να μοιραστεί τις πιο προσωπικές του στιγμές. Στιγμές και σκέψεις τόσο καλά και τόσο βαθειά κρυμμένες μέσα μας που καμιά φορά ούτε ο ίδιος μας ο εαυτός τολμάει να παραδεχτεί ότι υπάρχουν. Υπήρξαν στιγμές γεμάτες πόνο, άλλες χαρούμενες, όλες όμως με ένα δούναι και λαβείν μεταξύ μας ανεκτίμητο και πολύτιμο. Με άλλους ταυτότητα, με κάποιους θύμωσα. Κανείς όμως δεν πέρασε δίχως να αφήσει το δικό του στίγμα. Προσπάθησα να αδράξω την κάθε στιγμή, να εκμεταλλευτώ και την ελάχιστη ευκαιρία. Στόχος μου; Να με αγαπήσω όπως είμαι και να μπορώ να κοιτάζομαι στον καθρέπτη και με πλήρη επίγνωση αυτού που βλέπω να είμαι περήφανη γι' αυτό που αντικρίζω.

Τα θέματα πολλά, οι πληγές βαθιές. Ένας χρόνος δεν φτάνει. Κι όταν αποφασίζεις να ανοίξεις την ψυχή σου και να έρθεις αντιμέτωπος με τον εαυτό σου, ο πόνος είναι αβάσταχτος και κάποιες φορές δεν τον αντέχεις. Αλλά άντεξα και συνέχισα. Η ομάδα πέρσι μου

μέλλει να υλοποιηθούν σε κάποια αόριστη στιγμή στο μέλλον, αλλά τίποτε δεν γίνεται στο παρόν, ούτε σε περιορισμένη έκταση, για τον μετασχηματισμό τους σε πραγματικότητα. Η υπόθεση σχέδιο είναι μια δομή σκέψης, μια εικόνα που αποτελεί προσομοίωση μιας κατάστασης. Τα δομικά υλικά αυτής της εικόνας είναι ιδέες, έννοιες, λέξεις, μορφές και σύμβολα που πηγάζουν πρωταρχικά από τη φαντασιωσιακή και πνευματική μας ζωή και ελάχιστα από την πραγματική εμπειρία. Όταν οι άνθρωποι αναβάλλουν διαρκώς τη δράση τους στο απρόσιτο, μη προσβάσιμο, μέλλον, αναπτύσσουν υποθέσεις-σχεδία. Μερικά παραδείγματα αποτελούν άνθρωποι που κάνουν μεγαλειώδη σχέδια για επαγγελματική επιτυχία, ή που φαντάζονται ότι κατακτούν πλούτο, ισχύ, εκπαίδευση χωρίς ποτέ να έχουν βιώσει ανάλογες εμπειρίες και χωρίς να προσπαθούν να κάνουν πραγματικότητα την εικόνα της φαντασίας τους. Ένα άλλο παράδειγμα, που δίνει ο Serok, αποτελούν ορισμένοι εκπαιδευμένοι ψυχολόγοι ή κοινωνικοί λειτουργοί που αναβάλλουν να ξεκινήσουν κλινική δουλειά, αντίθετα κρατούνται απασχολημένοι με το να γράφονται σε προγράμματα συνεχιζόμενης κατάρτισης και δεν βλέπουν πελάτες γιατί οραματίζονται τους εαυτούς τους ως πετυχημένους θεραπευτές διεθνούς φήμης.

Κλείνοντας αυτήν την αναφορά, αξίζει να σημειώσουμε ότι το εν λόγω βιβλίο φέρει έναν θερμό πρόλογο του Joseph Zinker, ενός από τους σημαντικότερους συγγραφείς και θεραπευτές Gestalt ο οποίος είναι συγχρόνως καλλιτέχνης και ποιητής.

έδωσε δύναμη. Ήσασταν η δύναμή μου. Με την αγάπη και την κατανόηση που απλόχερα μου προσφέρατε, με βοηθήσατε τα τακτοποιήσω κάπως τα σκόρπια κομμάτια της ψυχής μου. Με βοηθήσατε να γίνω λίγο πιο δυνατή, λίγο πιο σίγουρη για την ύπαρξή μου, λίγο πιο βέβαιη ότι μπορώ να αντιμετωπίσω τον κόσμο. Θα είσατε παντοτινοί μου φίλοι, έστω κι αν η ζωή τα φέρει έτσι και δεν συναντηθούμε ποτέ ξανά. Θέλω να πιστεύω ότι σας έδωσα κι εγώ κάτι. Ότι μέσα από τις δικές μου πληγές επουλώσατε δικά σας τραύματα και ξεπεράσατε δικές σας αγωνίες.

Σας ευχαριστώ από την καρδιά μου και σας εύχομαι να είστε πάντα καλά.

2 Νοεμβρίου 2009. Και πάλι στο κατώφλι της Αγίας Σοφίας.

Μια νέα ομάδα ξεκινάει...



Αιμοδοσία 2009

Με συγκινεί ιδιαίτερα η συμμετοχή όλων εκείνων που αγκάλιασαν και συνεχίζουν να αγκαλιάζουν το όραμα του Gestalt Foundation για μια ενισχυμένη τράπεζα αίματος, βάζοντας ένα λιθαράκι με την εθελοντική τους αιμοδοσία που πραγματοποιήθηκε στις **9/12/09**.

Είναι ελπιδοφόρο σημάδι των καιρών που ζούμε, να υπάρχουν τράπεζες προσφορών αγάπης που στηρίζουν με ευαισθησία και ανιδιοτέλεια θέματα ζωτικής σημασίας που προκύπτουν απροσδόκητα.

Ευχαριστώ όλους εκείνους που συμμετείχαν και καλωσορίζω όλους όσους επιθυμούν να γευθούν τη χαρά και την ικανοποίηση της εθελοντικής προσφοράς.

Για κάθε εθελοντή καθημερινά και Σάββατο με Κυριακή 9:00-12:00 και 5:00-7:00 σε κάθε αιμοδοσία Δημοσίων Νοσοκομείων στο όνομα του Gestalt Foundation.

Τηλ. Επικοινωνίας: 6973778722

Σας ευχαριστώ

Αποστόλου Αμαλία
Υπεύθυνη τράπεζας αίματος για το
Gestalt Foundation

Θα ήθελα να εκφράσω τις θερμές μου ευχαριστίες προς το κέντρο ψυχοθεραπείας και εκπαίδευσης "Gestalt Foundation", καθώς σε μια δύσκολη στιγμή κατά την οποία χρειάστηκα δύο φιάλες αίμα για την μητέρα μου, η οποία είναι καρκινοπαθής, άμεσα ανταποκρινό-μενοι στην παράκλησή μου οι υπεύθυνοι στην αιμοδοσία του ως άνω κέντρου, μου χορήγησαν τις απαραίτητες για μένα φιάλες αίματος. Τα συγχαρητήριά μου για την ευαισθητοποίηση και την ταχύτατη ανταπόκριση του κέντρου "Gestalt", που εκτός άλλων επιτελεί και σπουδαιότατο έργο στην ψυχολογική στήριξη καρκινοπαθών.

Με εκτίμηση
Αννα Χ. Ζέρβα



"Αν μπορούσες ν' αγαπήσεις
ένα σύννεφο...
Θα 'ξερες πως το σύννεφο είναι
περαστικό.
Μα αν ξεχάσεις την παροδικότητα
Και δεθείς με το σύννεφο,
Όταν έρθει η στιγμή
Να μεταμορφωθεί σε βροχή
Θα βάλεις τις φωνές, 'Τι κρίμα, το
σύννεφό μου δεν υπάρχει πια'...
Η βροχή χαμογελά, τραγουδάει,
πέφτει,
ζωντανή, πανέμορφη.
Κι εσύ, μέσα στη λήθη σου,
παγιδεύεσαι στη θλίψη του
πένθους...
Στο μεταξύ η βροχή σε καλεί,
"Αγάπη μου,
Λατρεία μου, να 'μαι,
Αναγνωρίσέ με!"

Thich Nhat Hanh,
NO DEATH, NO FEAR



Αγαπημένε μας Harm...

...τρυφερό κι ευγενικό μας σύννεφο, δεν είσαι πια εδώ. Όμως η γόνιμη, παρηγορητική βροχή σου μας περιβάλλει. Το ζεστό σου χαμόγελο στις μνήμες μας, η ακρίβεια και η σαφήνεια της ματιάς σου στη δουλειά μας, η έμπνευση της διδασκαλίας σου στα γραπτά σου. Μας έμαθες ότι "Είναι δώρο να είσαι παρών, χάρισμα". Σ' ευχαριστούμε, Harm, από τα βάθη της καρδιάς μας για την προικισμένη σου παρουσία στη ζωή όλων μας. Μας έφερες φως, χιούμορ, ζεστασιά, φρόνηση, γνώση και, πάνω απ' όλα, μια μοναδική αίσθηση ανθρωπιάς.

Όταν μου ζήτησε ο Bas Lokerse να γράψω μια 'νεκρολογία' για τον Harm Siemens, ένιωσα βαθιά συγκίνηση και, ταυτόχρονα,

ιδιαίτερη αίσθηση ευθύνης.

Τι έμεινε να ειπωθεί για έναν άνθρωπο...

"Σταθερό σαν βράχο,
Αεικίνητο σαν τη θάλασσα,
Τρυφερό σαν τ' αγέρι,
Πατρικό σαν τον ουρανό..."

... όπως λέει γι' αυτόν η Ελένη Χατζηγεωργίου, συνάδελφος από την Ελλάδα.

Γι' αυτό αποφάσισα να μοιραστώ μαζί σας όχι μόνο τις σκέψεις μου για τον Harm, αλλά και να παραθέσω ορισμένα από τα λόγια όλων των ανθρώπων που μίλησαν στην κηδεία του.

Νιώθω πως πρόκειται για έργο συνεργασίας και "ο Harm, χωρίς να παραβλέπει τον προσωπικό του πόνο και προσπάθειες ή τον πόνο και τις προσπάθειες των άλλων, χρησι-

μοποιούσε τη γενναιοδωρία και την ενσυναίσθησή του για να συνεργαστεί με τους περισσότερους ανθρώπους και να γίνεται, ταυτόχρονα, συνδετικός κρίκος", όπως μας είτε η Michiel van den Heuvel, πριν προσθέσει... "ο Harm και η Gestalt πάνε χέρι-χέρι".

Νομίζω πως κάθε άνθρωπος που είχε την ευτυχία και την ευκαιρία να γνωρίσει τον Harm είναι σε θέση να αναγνωρίσει αυτή του την ικανότητα.

Σε όλους εσάς που δεν είχατε την ευκαιρία να γνωρίσετε τον Harm και σε όλους εμάς που τον ξέραμε, θα παρουσιάσω λίγα στοιχεία για τη ζωή του, όπως τα μοιράστηκε μαζί μας στην κηδεία του ο σύντροφος της ζωής του, Dick Lompra.

Ο Harm Siemens ήταν ο δάσκαλός μου, αυτός που πάνω στα χνάρια του «πάτησα», για να δημιουργήσω τη δική μου μορφή. Αυτό που κυρίως έμαθα από το προσωπικό του παράδειγμα και τη σχέση μας ήταν η σημασία της μακροχρόνιας δέσμευσης. Αισθάνομαι μεγάλη ευγνωμοσύνη κι αγάπη. Αναρωτήθηκα πώς μπορώ να τιμήσω το δάσκαλό μου. Και την απάντηση τη βρήκα στα δικά του λόγια.

Είχα τη χαρά και την τιμή να τον μεταφράσω στην εναρκτήρια ομιλία για τα 10 χρόνια του Gestalt Foundation στη Θεσσαλονίκη. Δουλέψαμε μαζί για ώρες ώστε να κάνουμε τη μετάφραση όσο γίνεται καλύτερη. Αισθάνθηκα από τότε αυτήν τη συγκυρία ως το κληροδότημά μου σε εμάς. Για αυτό, επέλεξα κάποια σημαντικά, για μένα, σημεία από την ομιλία του που μπορείτε να τη βρείτε μεταφρασμένη στο 10^ο τεύχος μας ή στην ιστοσελίδα μας, στην αγγλική μετάφραση το αυθεντικό του κείμενο:

«Η δέσμευση δεν είναι τεχνική. Είναι η διαδικασία του να μένεις πιστός σε ένα προηγούμενο «ναί»... Είναι η δέσμευση στη συμπόνια... Η λάμψη δεν ανήκει μόνο σε εμάς. Υπάρχω σε όλους τους άλλους και όλοι οι άλλοι υπάρχουν σε εμένα»... «Έχω μια βαθιά ευχή: να φέρουμε την Gestalt κοντύτερα στους ανθρώπους, εκεί που ζουν κι εργάζονται, και πώς αυτό θα κάνει

την Gestalt πιο διάφανη και προσιτή... Να στηθεί ένα διεθνές παγκόσμιο δίκτυο Gestalt... Ο λόγος της Gestalt είναι ένας δημοκρατικός λόγος, μιλάει μια φυσιολογική γλώσσα για όλους τους ανθρώπους»...

«Τελειώνοντας, υπάρχει μια ακόμη προσωπική μου ευχή που θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας... Εύχομαι οι πρωτοπόροι της Gestalt και οι σημερινοί εκπαιδευτές, καθώς έρχεται το πλήρωμα του χρόνου, να αναθέσουν με εμπιστοσύνη τη δουλειά τους στη νέα γενιά των ψυχοθεραπευτών Gestalt, οι οποίοι θα συνεχίσουν την ανάπτυξη και τη διεύρυνση της καλής δουλειάς»... «Ένας Φλαμανδός συνάδελφος είπε κάποτε: «Ως δάσκαλος μπορείς να δεις τα αστέρια των διαδόχων σου να αρχίζουν να λάμπουν πιο φωτεινά στον ουρανό και το δικό σου αστέρι να αργοσβήνει. Οι εκπαιδευτές και οι δάσκαλοι Gestalt θα πρέπει να είναι ευγνώμονες για τη διαδικασία της εξέλιξης»... Ελπίζω πως η δάδα θα μεταδοθεί πολλές φορές σε νέες γενιές συναδέλφων οι οποίοι θα έχουν επίγνωση της αξίας της συνεισφοράς τους σε μια συνεχή διαδικασία δέσμευσης».

Harm, είτε οι ευχές σου να πραγματοποιηθούν. Είθε να μεταφέρουμε τη δάδα από γενιά σε γενιά και το παράδειγμά σου να συνεχίσει να μεταδίδεται.

Αντωνία Κωνσταντινίδου



στις Κάτω Χώρες. Την ίδια εποχή ο Harm συνέχισε τις σπουδές του και πήρε το Πτυχίο Master στη Συμβουλευτική Ψυχολογία από το Πανεπιστήμιο του Μεξικό.

Ο Harm ήταν ιδρυτής της Nederlands Stichting Gestalt και συνέχισε να εργάζεται εκεί ως εμπνευστής, ως οραματιστής, ως δάσκαλος και ως επόπτης μέχρις ότου αρρώστησε. Ασχολήθηκε με πολλά προγράμματα εκπαίδευσης στην Gestalt σε όλο τον κόσμο: Ελλάδα, Ρωσία, F.Y.R.O.M., Ιταλία, Ισπανία, Ινδία, Ισραήλ και Λετονία. Για το έργο του αυτό, και ιδιαίτερα για τη δουλειά του στην Ινδία που έγινε με χορηγό την HIVOS για την πρόληψη του AIDS και την περιθαλψη των εκεί θυμάτων της νόσου, του απενεμήθη το 2000 τιμητικό μετάλλιο και τίτλος από την Αυτής Μεγαλειότητα την Βασίλισσα Βεατρίκη των Κάτω Χωρών.

“Ο Harm υπήρξε μεγάλος εμπνευστής”, όπως είπε η Ella Mulders, και **“θα μείνει στη μνήμη μας ως δάσκαλος, ως συνάδελφος και, ιδιαίτερα, ως φίλος”** όπως υπογράμμισε η Marjan Wiegman.

Κλείνω αυτό το σημείωμα στη μνήμη του Harm με μια φράση από την επιστολή του Αποστόλου Παύλου προς Φιλιππησίους (Κεφ. 1, στίχος 6) την οποία απήγγειλε στην κηδεία του, κατά την προσωπική του επιθυμία, η Eva Fischer ...

“Πεποιθώς αυτό τούτο, ότι ο εναρξάμενος εν υμίν έργον αγαθόν επιτελέσει άχρις ημέρας Ιησού Χριστού.” (σε ελεύθερη μετάφραση: Είμαι πεπεισμένος ότι Αυτός που άρχισε ένα καλό έργο σ' εσάς, θα το ολοκληρώσει μέχρι το τέλος, μέχρι τη μέρα του Ιησού Χριστού)

Με σεβασμό και ευγνωμοσύνη...

... μια από εκείνες που “συναναστράφηκες φιλικά” εν τη παρουσία σου...

Κάτια Χατζηλάκου

Ο Harm Siemens γεννήθηκε στην κωμόπολη Oude Pekela στις Κάτω Χώρες την 1 Ιουλίου 1932. Ο Δεύτερος Παγκόσμιος Πόλεμος τον επηρέασε βαθιά στα πρώτα χρόνια της ζωής του. Ο χαμός φίλων από τα σχολικά του χρόνια (πολλοί εκ των οποίων ήταν Εβραίοι) και η καταστροφή πολλών καταστημάτων στην γενέτειρά του ξύπνησαν μέσα του την έγνοια και την ενσυναίσθηση για τον “άλλο”.

Αποφάσισε να σπουδάσει νοσηλευτική που ήταν ένα επάγγελμα κι ένας τρόπος να βοηθά τους άλλους. Αποφοίτησε ως νοσηλευτής και εργάστηκε σε διάφορα νοσοκομεία στις Κάτω Χώρες. Το 1958 έγινε μέλος του Deakonen, ενός θρησκευτικού ιδρύματος αφιερωμένου στη βοήθεια και φροντίδα των ασθενών και των λιγότερο ευνοημένων. Ο Harm συνέχισε να εργάζεται ως νοση-

λευτής σε άλλες χώρες: Γαλλία, Αγγλία και ΗΠΑ. Μετά δούλεψε δύο χρόνια με τους Dutch Volunteers (Ολλανδούς Εθελοντές) σε ψυχιατρικό νοσοκομείο του Ναϊρόμπι, στην Κένυα. Όταν επέστρεψε στις Κάτω Χώρες, παρακολούθησε ένα πρόγραμμα κατάρτισης στην Ανωτέρα Σχολή Νοσηλευτικής Επιστήμης στη Leusden. Μετά την αποφοίτησή του από το πρόγραμμα σπουδών διορίστηκε σε σχολείο ως μέλος του διδακτικού προσωπικού.

Στις αρχές της δεκαετίας του '70, ο Harm θέλησε να συνεχίσει την εξέλιξή του και έκανε αίτηση εγγραφής στο Ίδρυμα Gestalt των Κάτω Χωρών (Nederlands Gestalt Instituut), όπου παρακολούθησε ένα εντατικό τριετές πρόγραμμα κατάρτισης στην ψυχοθεραπεία Gestalt. Εκείνη την εποχή αυτό το πρόγραμμα ήταν πολύ καινούργιο

Harm Siemens...

Δάσκαλος, συνεργάτης, μέντορας, φίλος... Να πω για σένα... υπάρχουν λόγια;

Εικόνες, αναμνήσεις, αισθήσεις, ακούσματα δικά σου, σοφά και εμπνευσμένα, συναισθήματα αγαπημένα.

Άνθρωπος παρών στη ζωή και στο θάνατο. Παρών με την επιβλητικότητά του, την ηρεμία του, τη διεισδυτικότητά του, παρών στην επαφή σα μικρό παιδί με τα μάτια ανοιχτά, παρών στον διάλογο.

Άνθρωπος αυθεντικός, αυθεντικός στα συναισθήματα, στις σκέψεις, στις συμπεριφορές, στις διαδικασίες του ακόμη και τις τελευταίες μέρες τις ζωής του...

“Ποιος θα το πίστευε ότι θα πάθω καρκίνο. Θα ήθελα να ζήσω μερικά χρόνια ακόμη αλλά... είμαι έτοιμος να συναντήσω την οικογένειά μου.” Λόγος βαθύς, εύστοχος, που αγγίζει βαθιά την ύπαρξή μου.

“Harm πως είσαι;”, “I am silent... I am going to die”.

“...I know the four of you are grateful to me but you must know that I am grateful too because you gave me the opportunity to give, to develop, to continue...” αρχίζω να δακρύζω, με κοιτά στα μάτια χωρίς να μιλά. Συναντιόμαστε. Συναντιόμαστε υπαρκτικά.

Να πω για σένα... υπάρχουν λόγια;

Θυμάμαι: “Go for it”, “There is not only one star in the sky”, “Innovate, don't imitate”, “I see...”, “Are you ok?”, “Are you sad?” Είναι ο λόγος ολόκληρος, με νόημα όχι στείρος, όχι άδειος.

Να πω για σένα... Υπάρχουν λόγια;

Σε θυμάμαι, μου λείπεις.

Δέσποινα Μπάλλιου

Ο δάσκαλός μου, ο μέντοράς μου, ο συνάδελφός μου, ο συνεργάτης μου, το πρότυπό μου σε θέματα επαγγελματικού ήθους και ακεραιότητας.

Φυλάσσω ως πολύτιμη παρακαταθήκη εμπειρίες και φράσεις που μένουν αναλλοίωτες και που πολύ συχνά ανακαλώ στη μνήμη μου όπως τη χαρακτηριστική του έκφραση “You see!!!” που άλλοτε ενθάρρυνε και άλλοτε καυτηρίαζε συμπεριφορές με μια μοναδική αίσθηση εντιμότητας και humor.

Επιπλέον το “τόσο όσο” στη θεραπευτική διαδικασία και τη μεθοδολογία του θεραπευτικού διαλόγου, σαν ένα ατέρμονο δώσε και πάρε με μικρές κινήσεις και μεγάλη ενέργεια.

Καλό σου ταξίδι!

Γιάννα Γιαμαρέλου

ΧΟΡΧΕ ΜΠΟΥΚΑΪ Γνωρίζοντας το... μύθο...

Έλλης Φρεγγίδου, M. Sc.

Μιά φορά και έναν καιρό...
κάπου, κάπως, κάποτε...
κόκκινη κλωστή δεμένη...



...Κουβάρι οι σκέψεις μου και πώς να τις λύσεις, που πιάστηκα και δέθηκα, στη βελόνα τοιπήθηκα, μήπως και ξυπνήσω...

Τον κοιτούσα, όλο παιδική απορία... Βαθιά στα μάτια, λες και θα τα έβλεπα όλα εκεί που 'λεγε για μένα, σ' όλους τους μύθους.

Και άρχισε τότε να μιλά... Για το συμβιβασμό μου, τις σχέσεις μου, το φέμα μου που το 'λεγαν τελειότητα, για την τάση μου να χτυπώ στους τοίχους, μόνο και μόνο γιατί μου δίδαξαν πως το μεγάλωμα έρχεται πάντοτε μέσα από καρούμπια.

Στα ποτάμια του μέσα βυθίστηκα, δίχως άγκυρες, μα και χωρίς το φόβο που κολύμπι δε γνώριζα. Γνώριζα, όμως, από νερό κι από βάθος, κι έτσι δε δίστασα ποτέ.

Μ' έπιασε σφιχτά απ' το χέρι. Περπατήσαμε εκεί που εγώ θέλησα. Γνωριστήκαμε ξανά, με το φόβο μου, τον έρωτα τον πρώτο, την αγάπη που νόμισα πως ήρθε ξαφνικά. Γέλασα με τις εμμονές μου. Αγκάλιασα γλυκά το θυμό μου. Χτυπήθηκα βίαια με την εικόνα μου. Έμαθα να κλαίω για όσα αποχωρίζομαι κάθε νέα στιγμή μου.

Δε μου ψιθύρισε απολύτως τίποτα (κι ας νόμιζα ως τότε πως στις μεγάλες αλήθειες ταιριάζει πάντα η μυστικότητα). Πίστεψε στην ικανότητά μου να αντέξω. Ακόμη θρηνώ, πίστεψέ με, που χρέος μου είναι, λέει, η ευτυχία... Τόσα χρόνια, λοιπόν, έδινα σ' αυτήν λάθος προσανατολισμό...

Κόκκινη κλωστή δεμένη, στην ανέμη
τυλιγμένη, δως της κλότσο να
γυρίσει, παραμύθι ν' αρχινίσει...

Κάτιας Χατζηλάκου

Κλινική Ψυχολόγος, Ψυχοθεραπεύτρια, Εκπαιδύτρια και Επόπτρια Gestalt

Στην Ελλάδα τα παραμύθια ξεκινούν συνήθως μ' αυτό το τετράστιχο. Με το τετράστιχο αυτό μεγάλωσαμε οι περισσότεροι από εμάς... με ιστορίες από το στόμα των γιαγιάδων, των παππούδων, των γονιών ή των δασκάλων μας!

Επέλεξα να προλογίσω αυτό το κείμενο μ' αυτόν τον τρόπο, γιατί σαν παραμύθι μου φάνηκε η συνάντησή μου με τον **Jorge Bucay**, εδώ στην πόλη μου, τη Θεσσαλονίκη. Ένα παραμύθι που έγινε πραγματικότητα χάρη στην εξαιρετική πρωτοβουλία του κυρίου Μυρεσιώτη από τις εκδόσεις ΟΠΕΡΑ να τον καλέσει στη χώρα μας και στη δημιουργική κι απόλυτα λειτουργική συνεργασία και συμμετοχή του βιβλιοπωλείου ΙΑΝΟΣ και του περιοδικού ΦΙΛΟΛΟΓΟΣ που κατέστησαν υλοποιήσιμη, από πολλές απόψεις, την εκδήλωση που πραγματοποιήθηκε στις 7 Δεκεμβρίου 2009 στην αίθουσα ΟΛΥΜΠΙΟΝ.

Πραγματικά, δεν φανταζόμουν ποτέ, όταν διάβαζα τα βιβλία του Jorge Bucay και «ταξίδευσα» σε ιστορίες και παραμύθια μαγικά, αλληγορικά και ιδιαίτερως «διδασκικά» ότι ... όχι μόνο θα τον γνώριζα κάποια στιγμή από κοντά, αλλά κι ότι θα τον υποδεχόμουν στο αεροδρόμιο, θα έπινα καφέ μαζί του, θα πίναμε ουζάκι παρέα με την Αντωνία και τον εκδότη του, τον κύριο Μυρεσιώτη και τους συνεργάτες του σα να γνωριζόμασταν και από χθες κι από πάντα!

Είναι όμορφη η ζωή, έμαθα. Και απλή. Ίσως πρώτα απλή, και γι' αυτό, τόσο όμορφη.

Έτσι κι εγώ, θα κάνω τα μικρά μικρότερα και θα σωπαίνω. Ή θα μιλώ μόνο με μύθους. Πίσω από τους "αναγραμματισμούς" κρύβεται πάντα το πιο βαθύ και εκείνο που λένε πιο όμορφο.

Αυτά μου είπες, κι εγώ σου αποκρίθηκα αλήθειες, κι ας μας χώριζαν βήματα και χρόνια πολλά και πολιτισμοί και κουλτούρες.

Και δεν ένιωσα στιγμή από τότε πως έπρεπε να ήσουν πάντοτε εκεί. Συλλογιζόμενη μονάχα τη μοναδικότητα της γνωριμίας μας, σου δίνω, "απόσταγμα" από μένα, αυτούς τους λίγους στίχους:

"Αλλιώςτικα σαν περπατάς,
Ανόμοια σα βαδίζεις,
Σημάδια αν δεν αφήνεις για πισωγύρισμα,

μονάχα τότε,

μονάχα τότε,
σε χωριά και σε θάλασσες ξένες,
μπορείς να ξεχύνεσαι τόσο απίστευτα ωραία..."

Σ' ευχαριστώ...



Ειλικρινά έτσι ένιωσα, από την πρώτη στιγμή που συνάντησα τον «Χόρχε», όπως μου ζήτησε να τον αποκαλώ όταν πήγα να τον υποδεχτώ στο αεροδρόμιο.

Γεμάτη αγωνία για το αν θα τον αναγνωρίσω, πώς θα είναι η επαφή μαζί του, αν θ' απογοητευθώ γνωρίζοντας από κοντά τον «Χοντρό» του Ντέμιαν, πήγα στο αεροδρόμιο κρατώντας ένα βιβλίο του... σε περίπτωση που... Δε χρειάστηκε. Με το που βγήκε από την έξοδο των επιβατών... τα βλέμματά μας συναντήθηκαν κι ένα πλατύ χαμόγελο από την πλευρά του, το ακολούθησε μια ζεστή και σφιχτή αγκαλιά κι η ατάκα...

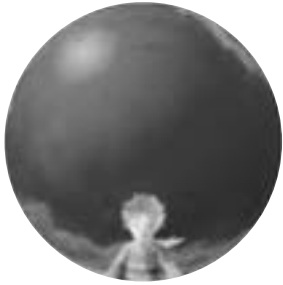
«Εγώ είμαι Λατίνος...!» ... και είναι όντως!

Γεμάτος μπρίο, όρεξη για ζωή, πάθος, ευγένεια και κυρίως ανθρωπιά. Ζεστός, εξαιρετικά προσιτός και ανοιχτός, μοιράστηκε μαζί μου γεγονότα και καταστάσεις της ζωής του, προσκαλώντας με να «ανοιχτώ» και να μοιραστώ κι εγώ τις εμπειρίες και τους προβληματισμούς μου.

Ζήλεψα τον «Ντέμιαν» και τους πελάτες του που είχαν την ευκαιρία να «ζουν» μαζί του... αυτό που γεύτηκα έστω και για λίγο εκείνο το πρωινό της Δευτέρας...

Ο ίδιος αποκαλεί τον εαυτό του «επαγγελματία βοηθό» και παρόλο που σπούδασε ιατρική με ειδικότητα στην ψυχιατρική, ακολούθησε το δρόμο του ψυχοθεραπευτή, που προτιμά να μην επιβάλλεται αλλά να συνοδεύει αυτόν που ζητά τη βοήθειά του και η επαφή μαζί του το επιβεβαιώνει.

Ένα μεγάλο προσωπικό ευχαριστώ από καρδιάς σε σένα Χόρχε, που έκανες ένα τόσο μεγάλο ταξίδι, για να είσαι μαζί μας αλλά και ένα ιδιαίτερα μεγάλο ευχαριστώ της Gestalt στην Ελλάδα, που βρήκες έναν τόσο απλό και ζωντανό τρόπο, για να φέρεις σε επαφή το κοινό της χώρας μας με τη βαθιά ανθρωπιστική, ζεστή και ολιστική προσέγγιση Gestalt που αγαπήσαμε κι ακολούθησαμε. Έναν τρόπο ζωής και θεώρησης των πραγμάτων που προσπαθούμε να κάνουμε πράξη καθημερινά...



Ὅτι δάñαι γέεά ἀβί άέέ Ὑδέ δ'ἀñέό ό υιόἀñι άδ υ δάñαι γέεά

Δήμητρα Ζιώγα, Ψυχολόγος Α.Π.Θ., Απόφοιτη Gestalt Foundation

Από το ντιβάνι του Freud ως τη σύγχρονη επιστήμη της νευροψυχολογίας δεν έχει περάσει ούτε ένας αιώνας. Η ραγδαία εξέλιξη του πολιτισμού είχε επιπτώσεις σε όλους τους τομείς των ανθρωπίνων σχέσεων. Νέοι μέθοδοι αλληλεπίδρασης ανακαλύπτονται ή δημιουργούνται από την ανάγκη των ανθρώπων για επαφή, για εξέλιξη και για νόημα σε ό,τι βιώνουν. Μέθοδοι που άλλες φορές οδηγούν στην θεραπεία, άλλες φορές στην συνειδητοποίηση και άλλες φορές απλά στην ανακάλυψη.

Τα τελευταία χρόνια, στη θεραπεία Gestalt που βασίζεται στο βίωμα, ενθαρρύνουμε τους πελάτες να χρησιμοποιήσουν τη ζωγραφική, τον ηπλό, το κολάζ, τη μουσική και το παιχνίδι για να εκφράσουν, δηλαδή να βιώσουν και να έρθουν σε επαφή με συναισθήματα, ρόλους, μοτίβα και καταστάσεις που σε κάποιες περιπτώσεις, δύσκολα μπορούν να διερευνήσουν λεκτικά. Το ίδιο μπορεί να επιτευχθεί και με την αφήγηση ιστοριών όπου, ο άνθρωπος, που πειραματίζεται εστιάζει με εργαλεία του τη φαντασία, το λόγο και τα συναισθήματά του, σε αυτό που βιώνει στο εδώ και τώρα σε σχέση με τον εαυτό του και το πεδίο.

Στη δουλειά μου, ως θεραπεύτρια είτε στο πλαίσιο ομάδας είτε ατομικών περιστατικών, πολλές φορές έχω χρησιμοποιήσει ιστορίες-παραμύθια από την γκάμα όλων των πολιτισμών και των εποχών, για να παρομοιάσω ή να δώσω επανατροφοδότηση στον πελάτη, δίνοντας στον ίδιο την ευθύνη να συνδέσει και να προχωρήσει. Σκοπός μου είναι να ανοιχτώ στη μαγεία και την πρόκληση μιας νέας συνειδητότητας στη θεραπεία της ψυχής, με το λόγο και τη φαντασία, όπως αυτά συναντιούνται στην Αφήγηση. Κατά τη διαδικασία του πειράματος, γιατί η αφήγηση είναι ένα πείραμα, δημιουργείται ένας ενδιάμεσος χώρος μεταξύ της φαντασίας και της πραγματικότητας, όπου ο θεραπευόμενος θα συναντήσει τις προβολές του, τις μισοτελειωμένες υποθέσεις του, τις ταυτίσεις του. Τι είναι τα παραμύθια; Τα παραμύθια τα πρωτακούμε (καθώς δεν μπορούμε να διαβάσουμε ακόμη) από την κούνια, τα μαθαίνουμε εύκολα και τα δεχόμαστε χωρίς ιδιαίτερη προσπάθεια να τα καταλάβουμε. Και ενώ η γλωσσική μας ικανότητα στα πρώτα χρόνια της ζωής είναι περιορισμένη, παρόλ' αυτά μας επιτρέπει να «φτιάχνουμε» ή να μιμούμαστε τα παραμύθια με περισσότερους εκφραστικούς τρόπους από την ομιλία και με αυτό τον τρόπο αρχίζει η αφηγηματική ή θεατρική μας ανάπτυξη. Εκείνο που είναι, επίσης, σημαντικό να ειπωθεί είναι πως το παραμύθι είναι ταυτόχρονα και η πρώτη «περιπέτεια» της ζωής.

Ποια είναι η δομή και το περιεχόμενό του; Το παραμύθι είναι μια επινόηση, μια φανταστική αφήγηση που κάνει χρήση κάποιου ζώου, π.χ., ο παπουτσωμένος γάτος ή κάποιου ανθρώπου με συγκεκριμένο χαρακτηριστικό, π.χ., ο καταφερτζής, κ.ά. Λειτουργεί πέρα από τη λογική του χώρου και του χρόνου «μια φορά κι έναν καιρό», προσωποποιεί τα ζώα αλλά ακόμα και τα αντικείμενα (το ξύλινο στρατιωτάκι), τα δίνει ανθρωπινή μιλιάνη και επεκτείνεται αδιάκριτα από τον οργανικό στον ανόργανο

κόσμο, από τον άνθρωπο και τα ζώα στα δέντρα, το φεγγάρι, στις μάγισσες, στις νεράιδες, στο μαγικό αυλό και στα χρυσά αυγά. Τα παραμύθια όλων των εποχών και όλων των πολιτισμών μεταφέρουν ένα πανανθρώπινο μήνυμα. Ότι ο αγώνας εναντίον των δυσκολιών στη ζωή είναι αναπόφευκτος, είναι ένα μέρος της ζωής των ανθρώπων που έχουν όνειρα, που ελπίζουν και εξελίσσονται. Οι δοκιμασίες είναι κομμάτι τις ανθρωπίνης ύπαρξης που προσπαθεί, άλλοτε να επιβιώσει (η Χιονάτη), άλλοτε να επιτύχει (ο Παπουτσωμένος Γάτος) και άλλοτε να αγαπήσει (ο Βάτραχος Πρίγκιπας). Τα σύγχρονα παραμύθια, παρόλο που έχουν φανταστικά στοιχεία, θα μπορούσαμε να πούμε πως είναι περισσότερο κοντά στην πραγματικότητα και μπορούν να τα διαβάσουν και ενήλικες. Οι συμβολισμοί είναι πιο ορατοί και αγγίζουν φιλοσοφικά και υπαρξιακά θέματα. Γνωστό παραμύθι που ανήκει σε αυτή την κατηγορία είναι «ο Μικρός Πρίγκιπας», από όπου και η φωτογραφία.

Στο βιβλίο του Η δύναμη των παραμυθιών ο Georges Jean γράφει «η δύναμη όλων των παραμυθιών, όπως και όλων των αφηγήσεων και ποιητικών μυθιστορημάτων, είναι να παρασύρει τον καθένα μας να διαβάσει τον ίδιο του τον εαυτό, δηλαδή να επινοήσει ο ίδιος τη ζωή του.» Η θεραπευτική αξία για τον καθένα βρίσκεται στην προσπάθεια να «διαβάσει» το νόημα του παραμυθιού αναλογιζόμενος τι υπαινίσσεται η ιστορία για τον ίδιο. Το παραμύθι μεταφέρει την ελπίδα, την πίστη και την ανατροπή. Δεν απαιτεί τίποτα από τον ακροατή, αντίθετα αφήνει σε εκείνον να αποφασίσει, αν θα εφαρμόσει στη ζωή του κάτι ή απλώς θα απολαύσει τα φανταστικά γεγονότα. Ακόμα όμως και η απόλαυση είναι ένα ισχυρό φάρμακο για την ψυχική ταλαιπωρία. Αξίζει, τέλος, να αναφέρουμε ότι στην ετυμολογία της λέξης παραμύθι, βρίσκουμε και τη λέξη παρηγοριά.

*Και αν σου μιλώ με παραμύθια και παραβολές
είναι γιατί τ' ακούς γλυκότερα,
και η φρίκη δεν κουβεντιάζεται, γιατί είναι ζωντανή,
γιατί είναι αμίλητη και προχωράει.*

Γ. Σεφέρης

Ο αφηγητής-θεραπευτής είναι ο οδηγός σε ένα ταξίδι εξερεύνησης. Είναι σημαντικό να έχει δημιουργηθεί κλίμα εμπιστοσύνης, ώστε να εισχωρήσουν αφηγητής και ακροατής με ασφάλεια στον φανταστικό κόσμο και να επιστρέψουν με ασφάλεια στον πραγματικό. Επίσης, χρειάζεται πολλή προσοχή, ώστε ο αφηγητής-θεραπευτής να επιλέξει μία ιστορία που δε θα είναι «η δική του». Όπως τα όνειρα έτσι και οι μύθοι και τα παραμύθια είναι εσωτερικές διεργασίες προσωπικές που στηρίζονται στο συμβολισμό. Έχω παρατηρήσει, λοιπόν, πως οι ιστορίες που μιλούν τη συμβολική γλώσσα αγγίζουν ιδιαίτερα τους ανθρώπους σε συγκεκριμένες στιγμές, που οποιαδήποτε άλλη γλώσσα, πέρα από τη συμβολική, αδυνατεί (όπως σε περιπτώσεις κρίσεις). Σε αυτό το σημείο θα δανειστώ τα λόγια του συγγραφέα και ψυχοθεραπευτή Χόρχε Μπουκά από το βιβλίο του Να σου πω μία ιστορία

**«Οι ιστορίες που μας αποκοιμίζουν
είναι αυτές
που μας κρατούν πιο ξύπνιους»**

Marthe Robert (1914-1996)

**«...ο μόνος τρόπος να κατανοήσεις ένα συμβάν
χωρίς να το ζήσεις άμεσα, είναι μέσω μιας εσω-
τερικής συμβολικής αναπαράστασης του γεγο-
νότος... Ένας μύθος, ένα παραμύθι ή ένα ανέκδοτο
μπορεί να αποτυπωθεί στη μνήμη εκατό φορές πιο
ανεξίτηλα από χίλιες θεωρητικές εξηγήσεις,
ψυχαναλυτικές ερμηνείες ή επιχειρήματα.»**

Αν εξαιρέσουμε τη δραματοθεραπεία, που ένα κομμάτι της στηρίζεται στην αφήγηση, και στη θεραπεία Gestalt η αφήγηση κάνει τώρα την εμφάνισή της πιο δυναμικά. Εκείνο που είναι σημαντικό είναι να δούμε τη θεραπεία μέσα από ένα συνεχές φάσμα αλλαγών και εξελίξεων της υγείας. Έτσι, η αφήγηση μπορεί να βρει το δικό της χώρο στο κομμάτι της θεραπευτικής διαδικασίας, ένα χώρο όπου η ενεργή φαντασία και ο συμβολισμός του παραμυθιού συναντά το νόημα για τη ζωή και την εμπειρία του ανθρώπου.

ΕΣΤΙΑ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΕΩΣ Αριθ. Πρωτ...4684...
ΕΤΟΣ ΙΔΡΥΣΕΩΣ 1978 Αθήνα...04/01/2010

Προς GESTALT FOUNDATION
Γ. Σισίνη 39
115 28 Αθήνα

Το Διοικητικό Συμβούλιο της «ΕΣΤΙΑΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥΠΟΛΕΩΣ», έλαβε το ποσό
των € 300 που αντιπροσωπεύει φιλάδελφη
δωρεά σας, υπέρ των πολλαπλών
λειτουργικών αναγκών του Γηροκομείου
μας.

Με την βεβαίωση ότι η άκρως ανθρωπιστική
αυτή χειρονομία σας, είναι σύμφωνη και με
τα διδάγματα της ορθόδοξης πίστης μας,
σας εκφράζει θερμές ευχαριστίες, σας
διαβιβάζει την ευγνωμοσύνη των γερόντων
μας και σας εύχεται ολόψυχα ακλόνητη
υγεία και πλούσια την ανταπόδοση από τον
Δοτήρα των αγαθών Θεό.

Επ' ευκαιρία θα θέλαμε να σας
ευχαριστήσουμε και για την βοήθεια και
υποστήριξη σας με την αποστολή και
εποπτεία ψυχολόγων που συμβάλουν
ουσιαστικά στην αναβάθμιση των
παρεχόμενων υπηρεσιών του Γηροκομείου
μας.

Με πολλή εκτίμηση
ΓΙΑ ΤΟ ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟ

Πρόεδρος Γεν. Γραμματέας
ΝΙΚΟΛΑΟΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
ΒΑΞΕΒΑΝΗΣ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΟΠΟΥΛΟΣ



Μέσα από την εποπτεία της Παρασκευής...

Από την Μιρέιγ Ντορέ

Κλινική Νοσηλεύτρια Ελβετίας, Εθελόντρια & Μέλος του Δ.Σ. Συλλόγου Φίλων & Εθελοντών της Εταιρείας Προστασίας Ανηλίκων Θεσσαλονίκης

Όταν μου ζητήθηκε να καταθέσω τις σκέψεις μου για την πορεία του εθελοντικού έργου του συλλόγου μας στο πλαίσιο των φυλακών, ο νους μου ανέτρεξε στην προεργασία που κάνουμε σαν εθελοντές, προκειμένου να δίνουμε τον καλύτερό μας εαυτό τόσο στις γυναίκες όσο και, μέχρι πρόσφατα, στα ανήλικα παιδιά στις φυλακές.

Μέρος αυτής της προεργασίας μας, λοιπόν, σαν εθελοντές, είναι και η συμμετοχή μας στη συνάντηση εποπτείας που γίνεται κάθε δεκαπέντε ημέρες με τις εθελόντριες της Εταιρείας Προστασίας Ανηλίκων - Ε.Π.Α.Θ.- και τις ψυχολόγους του Κέντρου Ψυχοθεραπείας και Εκπαίδευσης Gestalt Foundation που μαζί συν-συντονίζουμε και μοιραζόμαστε όσα ζούμε στα εβδομαδιαία εργαστήρια με τις έγκλειστες γυναίκες στις φυλακές των Διαβατών.

Και πριν προσπαθήσω να σας βάλω στο κλίμα αυτών των συναντήσεών μας, θα ήθελα να πω δυο λόγια για την ταυτότητά μου στο σύλλογο αυτό.

Είμαι εθελόντρια-αντικαταστάτρια εδώ και δύο χρόνια,

έχοντας προηγουμένως την εμπειρία δύο ετών στις φυλακές ανηλίκων αγοριών ως τακτικό μέλος σε διάφορα και διαφορετικά εργαστήρια. Τώρα ποιον εννοούμε αντικαταστάτη: αυτόν που, όχι μόνο γνωρίζει ό,τι αφορά τα εργαστήρια, αλλά, προπάντων, αυτόν που μπορεί να παρακολουθεί την εξέλιξη κάθε έγκλειστης γυναίκας, ώστε να πληροφορεί κατάλληλα την τακτική εθελόντρια, και που, κυρίως, δύναται να προσαρμοστεί κάθε φορά στις αλλαγές που προκαλεί η αποσπασματική παρουσία του αντικαταστάτη στις έγκλειστες γυναίκες, χωρίς να σταματάει τη ροή των πραγμάτων που συμβαίνουν στο εκάστοτε εργαστήριο.

Παρατηρητές και μάρτυρες της κάθε συνάντησης είμαστε όλοι όσοι εμπλεκόμαστε εθελοντικά μέσα από κάθε ρόλο και θα ήθελα να δηλώσω ότι εκτιμώ πολύ τις επόπτριές μας που, μέσα και από τη δική τους συνεισφορά, καθιστούν δυνατή τη διαδικασία κατά την οποία το μίρασμα των σκέψεων, ιδεών και προβληματισμών μας, ο αναστοχασμός και η ενεργητική ακρόαση του κάθε συμμετέχοντα βρίσκουν χώρο και παίρνουν ουσιαστική μορφή και, τελικά, συνοδεύουν το εθελοντικό μας έργο. Η καλοσύνη, η αντίληψη, η αμεσότητα, η γνώση και ο επαγγελματισμός που διέπει τις εποπτικές αυτές συναντήσεις, δεν έχουν άλλο στόχο παρά την αναζήτηση της ποιότητας στην προσέγγιση των ανθρώπων αυτών που συναντάμε πίσω από τα κάγκελα, ανθρώπων που συχνά έχουν τραυματιστεί και κατακερματιστεί στην πορεία της ζωής τους μέχρι σήμερα.

Στις εποπτικές μας συναντήσεις η αναζήτηση κάθε φορά με υπομονή και επιμονή κατάλληλων τρόπων στήριξης και κυρίως υπεύθυνης στάσης απέναντι στις έγκλειστες γυναίκες, μας βοηθάει να τις βοηθούμε να ξαναβρίσκουν σταδιακά τον εαυτό τους, να μαθαίνουν να σέβονται τον εαυτό τους και κάποιες να αποτολμούν να αναγνωρίσουν τα πολλά βαρίδια που κουβαλάνε στη ζωή τους και να αποφασίζουν να «αφαιρούνε» κάποια μέσα από το να καταφέρνουν να βοηθάνε κάποια συγκρατούμενή τους και τελικά να

μαθαίνουν στηρίζοντας η μία την άλλη να στηρίζουν τον εαυτό τους.

Νιώθω ευγνώμων για όλους όσοι δημιούργησαν, συντηρούν και οικοδομούν το εθελοντικό αυτό έργο και που έτσι μου δίνεται η ευκαιρία να μπορώ κατάλληλα προετοιμασμένη να βιώνω όλες αυτές τις συναντήσεις, κάθε φορά συναρπαστικές, - διαφορετικές και εμπλουτισμένες. Μέσα στην ομάδα εποπτείας, άλλοτε σαν «θεατής» άλλοτε σαν «ηθοποιός», «μας βλέπω» και μου αρέσει να μοιραστώ την εικόνα που έχω και να ξαναπώ στα μέλη της ομάδας μου και μέσα από αυτό το προσωπικό κείμενο πως «μυρμηγκοδουλεύουν» με έναν τρόπο μοναδικό!

Προσωπικά, μέσα από αυτήν την προεργασία πηγαίνω όλο και πιο ανοιχτή, για να παρατηρήσω, έστω και για μια στιγμή, ένα σώμα που ορθώνεται, ένα χαμόγελο που μπορεί να φωτίσει συχνά μία άψυχη έκφραση, ένα πρόσωπο που γίνεται ροδαλό, ένα βλέμμα που παίρνει ζωή. Η εικόνα αυτή επουλώνει και μας ενθαρρύνει να επιμένουμε σε αυτήν τη δουλειά της συνοδείας και υποστήριξης κάθε έγκλειστης γυναίκας που έρχεται ελεύθερα/ με δική της πρωτοβουλία στα εργαστήρια κάθε Τρίτης και Παρασκευής.

Τελειώνοντας, θα ήθελα να εκφράσω την πεποίθησή μου, μέσα από την προσωπική και πολύχρονη πορεία μου σα νοσηλεύτρια - υπεύθυνη προσωπικού κλινικής και συνοδός δίπλα σε ανθρώπους που αντιμετώπιζαν σωματικό και συναισθηματικό πόνο στο τελείωμα της ζωής τους, και σήμερα σαν εθελόντρια - αντικαταστάτης, πως κάθε υπεύθυνος εθελοντής έχει υποχρέωση απέναντι στον εαυτό του, στα μέλη της ομάδας του και στους συνανθρώπους στους οποίους προσφέρει, όχι μόνο να παρακολουθεί αλλά και να συμμετέχει ενεργά σε ένα αντίστοιχο πλαίσιο εποπτείας, για να μπορεί να εγγυηθεί την ποιότητα στην εθελοντική αυτή παροχή υποστήριξης.

Σας ευχαριστώ όλους, αναγνώστες της δράσης μας, συμμετέχοντες, συνάνθρωποί μου/μας!!



« Η ΑΓΑΠΗ ΕΡΧΕΤΑΙ ΜΙΑ ΜΕΡΑ... »

Η ώρα είναι 8:30.. κάνω την τελευταία τζούρα από το τσιγάρο, το σβήνω και φεύγω. "Πάλι με έστησε "σκέφτομαι.." και υποσχέθηκα στον εαυτό μου ότι αυτή θα είναι η τελευταία φορά που θα με στήσει και όμως... "φεύγω θυμωμένη και απογοητευμένη. Μα είναι δυνατόν η πιο σημαντική μου φίλη να μην έρχεται στο ραντεβού μας; Πρώτη φορά συναντηθήκαμε όταν ήμουν 2-3 χρονών". "Γεια σου, με λένε Αλεξία" της είπα και "μένα Αγάπη" μου απάντησε.. "Θες να γίνουμε φίλες;" τη ρώτησα, "παντοτινές" μου απάντησε και από τότε χάθηκε... ακόμη και σήμερα με ρωτάνε "εκείνη η φίλη σου η Αγάπη τι κάνει;" και τότε απαντώ ειρωνικά και πικραμένη "α... Η Αγάπη άργησε μια μέρα.. όπως και στο βιβλίο..."

Κάθε φορά που είναι να συναντηθούμε όλα αυτά τα χρόνια δεν τα καταφέρνουμε... Πολλές φορές στέκομαι σε λάθος σημείο και περιμένω, περιμένω, περιμένω... και αυτή δεν εμφανίζεται. Άλλες φορές μου λέει "μα βρε Αλεξία ήμουν απέναντι, κουνούσα τα χέρια μου και σε φώναζα... και συ δε με άκουγες .. και συ δε με έβλεπες ... απλά γυρνούσες την πλάτη και έφευγες. ..." Άλλες φορές την έβλεπα να πλησιάζει, έτρεχα κατά πάνω της με χαρά και λαχτάρα και μόλις πλησιάζα δεν ήταν αυτή... "Η Αγάπη;" τη ρωτούσα, "όχι, η Απόρριψη" μου απαντούσε. "Είναι δυνατόν να μη με θυμάσαι; Τα λέμε συχνά εμείς.. έχουμε συναντηθεί τόσες φορές..." μου απαντούσε. Και στεκόμουν απογοητευμένη και θλιμμένη "πώς είναι δυνατόν να τις μερδεύω πάντα;" σκεφτόμουν...

Έτσι, η λαχτάρα μου μεγάλωνε όλο και περισσότερο και έλεγα "μα πώς θα γίνει να συναντηθούμε; Και βυθιζόμουν στη στενοχώρια και στο κενό κάθε φορά.. Έτσι μια μέρα, μέσα στην απόγνωση μου και στη μοναξιά μου αποφάσισα να μπω σε ένα σπίτι και να καθίσω σε έναν καναπέ απέναντι σε μια καινούρια και πολύ ζεστή φίλη.. τη "Βοήθεια", έτσι τη λέγανε... και της μιλούσα συνεχώς για τη στενοχώρια μου, τη μοναξιά μου και το κενό που ένιωθα που δεν μπορούσα να συναντήσω τη φίλη μου την Αγάπη... Για πολύ καιρό η Βοήθεια ήταν εκεί και με άκουγε... ακόμη με ακούει...

Όσπου μια μέρα πήρα τηλέφωνο χαρούμενη την Αγάπη και της είπα "Νομίζω πως ξέρω πώς θα συναντηθούμε! Νομίζω πως βρήκα τον τρόπο! Νομίζω πως βρήκα το σημείο, το μέρος, την ώρα κτλ!!!" και τότε εκείνη μου απάντησε "Δε χρειάζεται Αλεξία να πας κάπου για να με βρεις ... έχω φτάσει στο σπίτι σου.. από εκεί θα ξεκινήσουμε... εκεί θα είναι η πρώτη μας συνάντηση και αυτή θα είναι η αρχή..."

Και έτσι άνοιξα την πόρτα για πρώτη φορά...
"Καλώς ήρθες λοιπόν" της είπα κάπως αμήχανα
Και αυτή απλά μου χαμογέλασε..

Αλεξία Γκιμπρίτη
Κοινωνική Λειτουργός
Εκπαιδευόμενη Gestalt Foundation

